

16. Калашников, А. Ф. Проблема физической и психофизической подготовки специалистов для подразделений дорожно-патрульной службы Госавтоинспекции России / А. Ф. Калашников. – Орел : ЮИ МВД России, 1997. – 147 с.

17. Кривобоков, А. А. Физическая подготовленность сотрудников Дорожно-Патрульной Службы в структуре их профессиональной деятельности. / А. А. Кривобоков, В. И. Косяченко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2009. – № 12. – С. 28–31.

18. Ческидов, Н. В. Средства и методы развития профессиональных качеств сотрудников уголовного розыска в процессе физической подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Н. В. Ческидов. – М., 1996. – 24 с.

УДК 159.91:351.74

**В. В. Трифонов**

**V. V. Trifonov**

заместитель заведующего  
кафедрой тактико-специальной подготовки  
Могилевского института МВД,  
кандидат биологических наук, доцент

**ВЕГЕТАТИВНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ КАК ФАКТОР  
ГОТОВНОСТИ К ПРИМЕНЕНИЮ СПЕЦИАЛЬНЫХ  
МЕР АДМИНИСТРАТИВНОГО ПРИНУЖДЕНИЯ  
(силового воздействия)**

**PROVISION OF VEGETATIVE STRESS  
AS A FACTOR IN WILLINGNESS TO USE  
SPECIALNAME ADMINISTRATIVE COERCION  
(force action)**

***Аннотация.** Исследовалась роль системы кровообращения в обеспечении стрессоустойчивости сотрудника органов внутренних дел в экстремальных ситуациях. Выявлено, что факторы, действующие на сотрудника правоохранительных органов в экстремальных ситуациях, являются для него стресс-факторами. Показано, что система кровообращения является важным звеном в поддержании стрессоустойчивости организма в экстремальных ситуациях.*

***Summary.** We investigated the role of circulatory system in supporting stress tolerance of a law enforcement officer in emergency situations. It was revealed that the factors influencing a law enforcement officer in emergency situations are his/her stress factors. It is shown that that the circulatory system is an important element in maintaining the body's stress tolerance in emergency situations.*

***Ключевые слова:** стрессоустойчивость, система кровообращения, экстремальная ситуация.*

***Keywords:** stress tolerance, circulatory system, emergency situation.*

В последнее время в жизни граждан, в том числе и сотрудников органов внутренних дел (далее – ОВД), происходит рост экстремальности [1]. Так, при применении специальных мер административного принуждения (силового воздействия) [2] сотрудник часто сталкивается с противодействием не только со стороны уголовных элементов, но и со стороны отдельных отрицательно настроенных граждан.

По степени интенсивности противодействие может быть от корректного спора до физического уничтожения противника [3]. Следовательно, как противодействие, которое является одним из главных условий возникновения конфликта, так и сам конфликт являются экстремальными ситуациями для сотрудника ОВД.

В нашем понимании экстремальные ситуации – это такие ситуации, которые протекают на фоне больших затрат энергетических ресурсов организма и требуют от человека максимального напряжения сил и возможностей.

Таким образом, выполнение сотрудником ОВД своих служебных обязанностей связано с экстремальными ситуациями, которые прямо или опосредованно влияют на его психофизиологическое состояние.

Основоположник концепции о стрессе Г. Селье по подверженности стрессу среди других профессий ставил на первое место службу полицейских.

По мнению В.А. Бодрова [4], возникновение и развитие стресса у человека обусловлено влиянием на него экстремальных факторов, то есть экстремальные факторы являются стресс-факторами. В исследованиях [5; 6] экстремальные факторы также называют стресс-факторами.

Таким образом, на основании вышеизложенного материала экстремальную ситуацию можно приравнять к стрессовой, соответственно и ситуации, возникающие при выполнении сотрудником правоохранительных органов мер административного (силового) принуждения – к стрессовым.

По своей сути стресс – это адаптационная реакция, направленная на поддержание или восстановление показателей гомеостаза.

В 1938 году в рамках своей теории о стрессе Г. Селье предложил концепцию о краткосрочной и среднесрочной адаптации [7]. Согласно этой концепции адаптационный ответ организма возникает в том случае, если сила воздействия стресс-фактора превышает определенный порог.

В связи с этим возникает вопрос: какой силы должно быть внешнее воздействие, чтобы вызвать стрессовую реакцию организма?

При ответе на этот вопрос важно учитывать следующее.

1. Стресс – это только одна из неспецифических (в общей системе) реакций организма, направленная на восстановление постоянства его внутренней среды, которое изменяется в результате внешнего воздействия.

2. Организм как более чувствительная система, чем каждая из его составляющих физиологических систем по отдельности, в первую очередь реагирует на действия раздражителей, вызывающих колебания показателей гомеостаза в

пределах нормы. При этом важно отметить, что раздражители вызывают именно колебания показателей, а не их отклонения за пределы границ нормальных величин.

Таким образом, стресс как реакция организма на действие раздражителя возникает только в тех случаях, если сила этих раздражителей достаточна, чтобы вызвать отклонения показателей гомеостаза за границы нормы.

Так, в частности, нормальная частота сердечных сокращений (далее – ЧСС) у человека в состоянии покоя находится в пределах от 60 до 80 ударов в минуту. Если при нагрузке (мышечная работа) ЧСС превышает верхнюю границу, то такая нагрузка является стресс-фактором для организма, а изменения в работе сердечно-сосудистой и других систем в этом случае будут адаптацией к этой нагрузке, то есть стрессовой реакцией.

На то, что физическая нагрузка является стресс-фактором для организма, указывает и А.А. Зуйкова [8], которая на основании своих исследований считает, что адаптивные сдвиги в организме более отчетливо проявляются при физической нагрузке.

Стресс на человека может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние. Г. Селье выделял два вида стресса: эустресс – полезный (мобилизующий защитные силы организма) и дистресс – отрицательно влияющий на организм.

Эустресс при определенных условиях (очень сильный раздражитель, длительное действие раздражителя, действие следующего стресс-фактора попадает на неполное восстановление организма после предыдущего стресса и т. п.) может перейти в дистресс, действие которого носит повреждающий характер. Так, исследованиями [5; 9] показано, что в экстремальных ситуациях возникают эпизодические изменения психофизиологического состояния, временно выходящие за границы нормы, которые в дальнейшем могут переходить в посттравматические стрессовые состояния. Данное обстоятельство указывает на важную роль стрессоустойчивости как одного из компонентов подготовки сотрудников ОВД, особенно к действиям в экстремальных ситуациях.

В некоторых исследованиях, хотя и условно, но разграничивают физиологический и психологический стресс [10].

По нашему мнению, организм реагирует на действие стресс-фактора как единая система, независимо от того, психологический это или физиологический фактор. Данное заключение подтверждается мнением других исследователей [11], которые показали, что психическая дезадаптация возникает при нарушении функциональных возможностей организма в целом.

Среди факторов, позволяющих сотруднику противостоять дистрессу в экстремальной ситуации, наряду с психической устойчивостью и психологической готовностью А.Е. Томилова [12] на первое место ставит физиологическую устойчивость, обусловленную состоянием физиологических систем организма.

Наиболее важными с точки зрения вегетативного обеспечения стрессовой устойчивости являются системы быстрого реагирования: система кровообращения, дыхания, нервная и эндокринная системы, которые включаются на первой стадии развития стресса. [13]. Среди них система кровообращения находится на первом месте, так как она является с одной стороны, основным звеном вегетативного обеспечения протекания неспецифических реакций, с другой стороны, выполняет функцию гуморальной регуляции протекания этих реакций.

Другие авторы [14] также указывают на важную роль системы кровообращения в адаптации к экстремальным ситуациям. При этом важно отметить, что из всех систем организма система кровообращения одна из первых не только реагирует на стрессовое воздействие, но и является мишенью этих влияний. Известны случаи острого нарушения работы системы кровообращения, возникающие в экстремальной ситуации и приводящие к смерти [15].

Большинство исследователей сходятся во мнении, что ведущим патогенным фактором в отношении системы кровообращения при стрессах является активация адренокортикоидного и катехоламинового механизмов, которые нарушают проницаемость мембран клеток миокарда и, как следствие, вызывают их гипоксию и расстройство метаболизма.

На связь гипоксии со стрессом указывается также и в других исследованиях. Так, согласно исследованиям [16], психологические механизмы при стрессе включаются при гипоксических состояниях головного мозга, возникающих при изменении его кровоснабжения в период адаптации к действию не только внешнесредовых, но и психических факторов.

Это обстоятельство указывает на важную роль системы кровообращения в адаптации организма к действию не только внешнесредовых (физиологических), но и психологических стресс-факторов.

В связи с этим при рассмотрении адаптационных реакций организма на стрессовые раздражители, по нашему мнению, более оправданным является применение термина «психофизиологический стресс» а не «психический» или «физиологический» стресс.

Таким образом, высокий уровень профессиональной готовности сотрудника ОВД к принудительному (силовому) воздействию, помимо юридической, психофизической и других видов подготовленности, требует также надежного функционирования всех физиологических систем его организма, обеспечивающих его стрессоустойчивость, которая во многом определяется состоянием сердечно-сосудистой системы.

### **Список использованных источников**

1. Психология экстремальных ситуаций : хрестоматия / сост. А. Е. Тарас, К. В. Сельченков. – М. : АСТ, 2000. – 480с.

2. Лубенков, А. В. Административное принуждение в деятельности органов внутренних дел Республики Беларусь по охране общественного порядка / А. В. Лубенков ; под ред. Т. В. Телятицкой; УО «Могилевский высший колледж МВД Республики Беларусь». – Минск : Право и экономика, 2013. – 150 с.
3. Анцупов А. Я. Словарь конфликтолога / А. Я. Анцупов А. И. Шипилов. – М., 2009. – 84 с.
4. Бодров, В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.
5. Чавдырова, Г. С. Проблемы стресса, психической дезадаптации и повышения стрессоустойчивости личности в условиях социальной изоляции / Г. С. Чавдырова. – М. : Новый дом, 2000 – 287 с.
6. Гиссен, Л. Д. Время стрессов / Л. Д. Гиссен. – М., 1990.– 52 с.
7. Selye, H. Experimental evidence supporting the conception of «adaptation energy» [Electronic resource] / H. Selye. – Mode of access: <http://adaptometry.narod.ru/SelyeAdaptationEnergy.pdf>. –Date of access: 02.02.2016.
8. Зуйкова, А. А. Методология и теоретические основы комплексного анализа адаптационных возможностей организма человека при стрессовых ситуациях различного генеза : дис. ... д-ра мед. наук : 05.03.11 / А. А. Зуйкова. – Воронеж, 2006. – 298 л.
9. Колос, И. В. Психическое состояние сотрудников правоохранительных органов, переживших землетрясение / И. В. Колос, В. П. Вахов, Ю. В. Назаренко // Военно-медицинский журнал. – 1991. – № 1. – С. 27.
10. Lazarus, R. S. Environmental Planning in the Context of Stress and Adaptation: Symposium «Society, stress and disease» / S. Lazarus. – Stocholm : Oxford, 1970. – 436 p.
11. Александровский, Ю. А. Пограничные психические расстройства: Руководство для врачей. – Ростов н/Д : Феникс, 1997. –576 с.
12. Томилова, А. Е. Психологическая подготовка и боевая готовность сотрудников ОВД к действиям в экстремальных ситуациях // А. Е. Томилова // Психопедagogика в правоохранительных органах. – 1998. – № 1 (7). – С. 54–57.
13. Медведев, В. И. Взаимодействие физиологических и психологических механизмов в процессе адаптации / В. И. Медведев // Физиология человека. – 1998. – Т. 24. – № 4. – С. 7–13.
14. Функциональное состояние вегетативной и центральной нервной системы у лиц, занимающихся экстремальными видами спорта [Электронный ресурс] / М. А. Попова [и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 3. – Режим доступа: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=9240>. – Дата доступа: 12.03.2016.
15. Гостюшин, А. В. Человек в экстремальных ситуациях / А. В. Гостюшин. – М. : Открытый мир, 1995. – 196 с.
16. Леутин, В. П. Психофизиологические механизмы интервальной гипоксической тренировки [Электронный ресурс] / В. П. Леутин, Я. Г. Платонов, А. И. Михальченко. – Режим доступа: [http://www.tsu.ru/-valeo/konfer/tesis/tez\\_16.html](http://www.tsu.ru/-valeo/konfer/tesis/tez_16.html). – Дата доступа: 12.03.2016.